

ESERCIZI SPIRITUALI

“Ripartire dal Vangelo
guidati dallo Spirito”

*Celebrazione della parola
Ascoltata, meditata pregata*

“... Signore, insegnaci a pregare”
(Lc 3,22)

Canto iniziale:

Rit. - **Spirito Santo, tu che santifichi e liberi l'uomo:
dacci il coraggio di proclamare il tuo amore che salva**

Invito alla preghiera

Benedizione

Invocazione allo Spirito Santo

Canto finale

Ascolto della parola

Silenzio

Lectio

Domande per noi

Gesto

Padre nostro

Invito alla preghiera

O Dio, apri il nostro cuore
Accendi in noi il desiderio di conoscerti.

Mostraci il volto del tuo Cristo, mite, umile, sofferente
Rivelaci i suoi sentimenti, perché diventino nostri.

Fa che ci abbandoniamo a te senza riserve
E ti sappiamo seguire fino al dono completo di noi stessi.

Accresci in noi la fede in Cristo, sulla strada della croce
Perché lo sappiamo riconoscere Signore glorioso e vincitore della morte.

Aiutaci ad accogliere il Cristo crocifisso
E scopriremo in lui la rivelazione del tuo amore senza limiti.



Invocazione allo Spirito Santo

Santo Spirito, prega tu stesso in me,
perché io non so che cosa chiederti.
Tu solo conosci i miei bisogni
E mi ami più di me stesso.
Dona a me, tuo servo,
quanto sono incapace di chiedere.
Io non oso domandarti né croci né consolazioni:
solo mi tengo desto davanti a te,
perché tu vedi ciò che ignoro.
Opera e agisci secondo la tua misericordia!
Colpiscimi e guariscimi, atterrami e rialzami:
io adoro la tua volontà e sto in silenzio innanzi a te.
A te mi do interamente.
Nessun volere è in me, né desiderio:
compi ogni tua volontà.
Insegnami a pregare.
Prega tu stesso in me.

(Filarete di Mosca, 1782-1867)



La preghiera e il dono dello Spirito Santo

Il Pater

Un giorno Gesù si trovava in un luogo a pregare e quando ebbe finito uno dei discepoli gli disse: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli». Ed egli disse loro: «Quando pregate, dite: Padre, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno; dacci ogni giorno il nostro pane quotidiano, e perdonaci i nostri peccati, perché anche noi perdoniamo ad ogni nostro debitore, e non ci indurre in tentazione».

L'amico importuno

Poi aggiunse: «Se uno di voi ha un amico e va da lui a mezzanotte a dirgli: Amico, prestami tre pani, perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da mettergli davanti; e se quegli dall'interno gli risponde: Non m'importunare, la porta è già chiusa e i miei bambini sono a letto con me, non posso alzarmi per darteli; vi dico che, se anche non si alzerà a darli per amicizia, si alzerà a darliene quanti gliene occorrono almeno per la sua insistenza.

Efficacia della preghiera

Ebbene io vi dico: Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. Perché chi chiede ottiene, chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pane, gli darà una pietra? O se gli chiede un pesce, gli darà al posto del pesce una serpe? O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? Se dunque voi, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro celeste darà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!».



Silenzio



Spunti di riflessione

1. Gesù in preghiera esprime il suo essere figlio.
2. Gesù pregando ci svela il volto di Dio che è Padre per noi.
3. Nella preghiera scopriamo Dio come “amico di mezzanotte”.

4. "...lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza, perché nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare...".(Rm 8,26)

? Domande per noi

1. Invoco lo Spirito Santo nella preghiera come dono da accogliere o lo considero come un traguardo da conquistare?
2. La preghiera conduce Gesù a donarsi pienamente.
La mia preghiera mi rende disponibile al progetto di Dio e aperto all'impegno-dono verso gli altri?
3. Ai miei figli non lascio mancare niente, ma questo è l'essenziale?
E tu, figlio, cerchi l'essenziale?



Gesto

Ciascuno si avvicina al braciere e vi pone un grano di incenso.

✧ Padre nostro

Canto finale
